

## **Abstrakt**

**Název:** Komparace přípravy brankářek různých věkových kategorií v házené v letním přípravném období

**Cíle:** Cílem práce je vyhodnocení porovnání odlišností jednotlivých kategorií brankářek v házené v letním přípravném období. Tři předem vybrané brankářky shromažďovaly data do tabulek a na základě jejich zápisů došlo k rozebrání zjištěných údajů. Posuzovány byly poměry mezi individuálním a hromadným tréninkem a mezi náročností tréninku s hodnocením brankářek během tréninkových jednotek v přípravném období, které u žen trvalo 6 týdnů, u starších dorostenek 5 týdnů, u starších žákyň 3 týdny. Výsledky nám ukazují, zda jsou mezi různými věkovými kategoriemi nějaké odlišnosti a jaké je jejich tréninkové zatížení.

**Metody:** Údaje jsme získali od brankářek v podobě záznamu a metodou přímého i nepřímého pozorování. Na vyhodnocování získaných podkladů jsou použity metody numerické a grafické (tabulky a grafy).

**Výsledky:** Výsledky práce nám potvrzují, že většina brankářů má málo individuálních tréninků, což se může odrazit na jejich výkonech. Potvrzují také, že kategorie žen má většinou větší objemovou stránku zatížení, ale obsahová stránka je srovnatelná s kategorií dorostenek.

**Klíčová slova:** Brankářka, trénink, výkon, příprava